

Pastinakentarte

Diese Tarte verdient ihren Namen wirklich. Sie ist dünn, wie eine Tarte eben sein soll.



Feine, dünne Tarte

Dieses Mal Pastinaken anders als Backwerk zubereitet und gebacken. Nicht in der Küchenmaschine fein gerieben und in einem Rührkuchen anstelle eines Teils des Weizenmehls mitgebacken.

Nein, dieses Mal zwar auch feingerieben. Aber zu einem Eierstich, der ja immer Grundlage für eine Tarte ist, hinzugegeben, vermischt und als Tarte mit einem Mürbeteig gebacken.

Schmeckt sehr gut, hat eben einen leicht pikanten, weil gemüsigen Geschmack und Charakter.

Ich kann Ihnen nur empfehlen, gehen Sie zum Discounter, kaufen Sie ein Pfund Pastinaken und backen Sie die Tarte sofort nach!

Sehr lecker.

Für den Mürbeteig:

- [Grundrezept](#)

Für die Füllmasse:

- [Grundrezept](#)

Zusätzlich:

- 500 g Pastinaken

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Verweildauer im Backofen 30 Min. bei 170 °C



Lecker und gemüsig

Pastinaken putzen, schälen und in der Küchenmaschine fein

reiben.

Mürbeteig nach dem Grundrezept zubereiten.

Füllmasse nach dem Grundrezept zubereiten.

Pastinaken zur Füllmasse geben, alles gut vermischen und auf den Mürbeteig in der Backform geben.

Tarte die oben angegebene Zeit im Backofen backen.

Herausnehmen und gut abkühlen lassen. Backform und -papier entfernen. Auf eine Kuchenplatte geben. Stückweise anschneiden und servieren. Guten Appetit!

Kurzes Statement zum Backen von Rührkuchen mit Gemüseanteil

Ich backe ab und zu gerne Rührkuchen, in dessen Teig ich verschiedene Gemüsesorten – in der Küchenmaschine feingeraspelt – untermische. Ich habe schon Wurzeln (norddeutsch für Möhren), Pastinaken, Petersilienwurzeln, Zucchini und diverses anderes dazu verwendet.

Ich gebe meistens 300 g feingeriebenes Gemüse hinzu, lasse den gleichen Anteil an Weizenmehl weg und verwende somit nur 200 g Mehl für den Rührteig.

Ich habe nun die folgenden Feststellungen bei dieser Art von Kuchen gemacht, die ich gerne mit Ihnen teilen will, falls das Thema für Sie von Belang ist. Ich hatte Fragen hierzu auch schon an Kollegen gestellt, bisher aber noch keine Antworten

erhalten. Ich bin zwar kein ausgebildeter Konditor, aber einige meiner Fragen dazu kann ich mir mittlerweile selbst beantworten.

Ich habe zunächst einmal vor kurzem einen gewöhnlichen Rührkuchen mit 500 g Mehl gebacken.

1. Das Backpulver treibt den Teig beim Backen sehr, sehr kräftig aus, so dass der Kuchen am Ende der Backzeit gut 10 cm über die Backform ragte. Das macht das Weizenmehl und das darin enthaltene Gluten, der Kleber im Mehl.

Backe ich einen der oben beschriebenen Rührkuchen mit Gemüseanteil, passiert folgendes:

2. Der Rührteig wird durch das Backpulver nicht ausgetrieben.

3. Nach dem Backen und dem Erkalten sackt der Kuchen sogar ins sich zusammen.

4. Des Weiteren ist beim Backen das geriebene Gemüse nach unten gesackt und das Mehl nach oben gewandert.

Der Rührteig hat weniger Mehl und weniger Gluten und kann per se somit gar nicht so aufgehen wie ein gewöhnlicher Rührteig. Das geriebene Gemüse ist grob, schwer und feucht und hat kein Gluten.

5. Somit ist der Kuchen auch immer recht kompakt, feucht und fett, da das Gemüse auch nicht wie Mehl die verwendete Margarine binden kann.

Das sind so meine Schlussfolgerungen zum Thema Rührkuchen mit Gemüseanteil.

Pastinaken-Kuchen mit Ahorn-Sirup

Man kann ja Rührkuchen mit Zucchini oder Wurzeln zubereiten, warum also nicht mit Pastinaken?

Ich habe es ausprobiert, es funktioniert sehr gut.

Außerdem gebe ich anstelle eines Teils des Zuckers Ahornsirup in den Kuchen.

Der Ahornsirup macht den Rührteig doch sehr flüssig, ich gebe vorsichtshalber für mehr Stabilität und Bindung des Teigs ein zusätzliches Ei hinzu. Und verwende statt der ursprünglich geplanten 250 g Mehl doch 350 g.

[amd-zlrecipe-recipe:768]

Schweinefilet und Pastinaken-Stampf

Schweinefilet, in große Stücke geschnitten, schön gewürzt mit Paprika und grobem Pfeffer und in Olivenöl gebraten.

Dazu Stampf aus Pastinaken. In den Stampf gebe ich noch einen Schuss Olivenöl, wer möchte, kann auch gern stattdessen ein Stück Butter hinzugeben. Gewürzt mit Paprika, Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker.

Wenige Zutaten. Einfache Zubereitung. Schnell erledigt. Und sehr lecker!

Wurzeln-Pastinaken-Klöße mit Parmesan

Ich hatte Wurzeln und Pastinaken gekauft. Und wollte damit etwas Leckeres zubereiten.

Zuerst dachte ich daran, Wurzeln und Pastinaken zu kochen und einen Stampf daraus zuzubereiten. Dann wollte ich den Stampf mit Eiern mischen und Wurzeln-Pastinaken-Omeletts daraus braten. Ich war mir dann aber nicht so sicher, ob die Masse auch richtig abbindet, ich daraus auch Omeletts zubereiten könnte oder ob die Masse zerfällt.

Nun, den Stampf hatte ich schon zubereitet, und ich überlegte dann, eventuell Gnocchis daraus zuzubereiten. Wie ich vor kurzem auch Gnocchis oder Kroketten aus Kartoffeln zubereitet hatte. Man mischt einfach unter die gewürzte Masse Eigelbe, formt Klößchen daraus und lässt sie im siedenden Wasser ziehen.

Nun, gesagt, getan. Ich gab probeweise ein Gnocchi in das siedende Wasser. Dies zerfiel jedoch schnell in seine Einzelteile und somit war diese Möglichkeit einer Zubereitung auch nicht möglich.

Also kam ich schließlich auf die eigentlich letztmögliche Idee, einfach Klöße daraus zuzubereiten.

Ich gab somit zusätzlich zu den schon zum Stampf hinzugegebenen Eigelbe auch die Eiweiße hinzu. Gab dann noch eine Menge Semmelbrösel für Bindung und Stabilität hinzu.

Formte Klöße aus der Masse. Und ließ sie etwa 10 Minuten in siedendem Wasser garen.

Ich habe die Klöße dann einfach als vegetarisches Gericht auf zwei Tellern mit frisch geriebenem Parmesan angerichtet.

Es rentiert sich aber auch, gleich eine größere Menge dieser wirklich leckeren Klöße zuzubereiten und sie portionsweise einzufrieren.

Mir hat dieses vegetarische Gericht jedoch einmal gezeigt, dass auch vegetarische Gerichte wirklich lecker und schmackhaft sein können, denn diese Klöße haben zusammen mit dem Parmesan wirklich lecker geschmeckt.

[amd-zlrecipe-recipe:637]

Hähnchenbrust und Süßkartoffel-Pastinaken-Stampf mit Weißwein-Sauce

Hier habe ich einmal Hähnchenbrustfilets anders als gewohnt zubereitet und sie einfach in kleine Würfel geschnitten.

Ich brate sie mit Schalotten und Knoblauchzehen, die ich kleingeschnitten und in Butter glasig gedünstet habe, kurz an und würze mit Kreuzkümmel, Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker. Und lösche mit Soave ab, um eine leckere Weißwein-Sauce zu erhalten.

Man kann mit Süßkartoffeln und Pastinaken einen schönen Stampf zubereiten. Man schält sie einfach, schneidet sie klein, gart sie 10 Minuten in kochendem Wasser, schüttet dann das

Kochwasser ab und stampft sie mit dem Stampfer klein.

Natürlich gibt man für mehr Geschmack noch etwas Butter dazu und würzt ein wenig mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker.

Ich würze die Hähnchenbrustfilets mit dem Kreuzkümmel kräftig. Den Stampf dagegen nur sehr wenig. So dass sich beides ein wenig ausgleicht und man ein leckeres Gericht hat.

Man drapiert den Stampf einfach kreisförmig auf zwei Tellern. Und gibt die Hähnchenbrustfilets mit der Weißwein-Sauce einfach in die Mitte.

[amd-zlrecipe-recipe:582]

Riesengarnelen, Speck, Pastinaken und Eier

Hier habe ich einfach einmal ein wenig kreierte und Fisch und Fleisch zusammengebracht.

In einem einfachen, schnell zuzubereitenden Pfannen-Gericht.

Das aber aufgrund des verwendeten Specks und der Riesengarnelen doch in die Kategorie „Surf'n'Turf“ gehört.

Ich habe ja vor einigen Wochen das erste Mal Bratpastinaken zubereitet. Ganz so, wie man Bratkartoffeln zubereitet. Also erst in Wasser garen, dann in Scheiben schneiden und anschließend in Fett anbraten.

Und ich bin ein richtiger Fan von dieser Zubereitung geworden, weil die Pastinaken wirklich sehr kross und nussig gelingen.

Also habe ich als weitere Zutat Bratpastinaken hinzugegeben.

Und als Abschluss kommen noch Eier über dieses einfache Pfannen-Gericht.

Gewürzt wird nur mit Salz und Pfeffer.

[amd-zlrecipe-recipe:557]

Bratpastinaken **und** **Spiegeleier**

Dieses Mal das sicherlich bekannte Gericht mit Spiegeleiern, nur eben nicht mit Bratkartoffeln, sondern mit Bratpastinaken.

Ich habe vor einiger Zeit das erste Mal Bratpastinaken zubereitet und sie haben mir sehr gut geschmeckt. Fast schon besser als Bratkartoffeln.

Ich gare die geputzten Pastinaken in kochendem Salzwasser, nehme sie heraus, schneide sie quer in Scheiben und brate diese in heißem Fett einige Minuten auf allen Seiten kross an.

Die Pastinaken bringen auch eine gewisse Süße mit.

Dazu einfach jeweils drei Spiegeleier als Beilage.

[amd-zlrecipe-recipe:536]

Marinierte Schweine- Rückensteaks mit Pastinaken- Stampf

Ich wollte es einfach haben. Ein einfaches, aber leckeres Gericht, in kurzer Zeit zubereitet.

Also ging ich zu meinem Discounter und schaute einmal, was er in der Fleischtheke an Steaks vorrätig hatte. Rumpsteaks waren mir zu teuer. Also griff ich zu marinierten Schweine-Rückensteaks.

Beim Fleisch habe ich es mir somit einfach gemacht.

Bei der Beilage habe ich jedoch etwas Aufwand betrieben. Kein Kartoffelpüree aus der Packung.

Sondern Pastinaken-Stampf aus frischen Pastinaken. Im kochendem Wasser gegart und mit dem Stampfer fein gestampft. Verfeinert mit einem Schuss Olivenöl. Und nur gesalzen.

Für etwas mehr Farbe gebe ich noch kleingewiegte Petersilienknödel in das Stampf hinzu.

[amd-zlrecipe-recipe:518]

Lammlachs mit Pastinaken- Püree

Ein einfaches Gericht. Mit wenigen Zutaten. Schnell zubereitet.

Mein heutiges Festtags-Menü zu Neujahr.

Lammlachse.

Zubereitet mit Pastinaken, die ich zu einem Püree fein püriere. Das Püree gelingt sehr würzig und schmackhaft.

Ich gebe den Lachsen auf jeweils beiden Seiten jeweils 4 Minuten. Damit gelingen die Lachse medium gegart.

[amd-zlrecipe-recipe:278]

Gebratene Leberwurst mit Pastinaken-Püree



Leckere Leberwurst mit Püree

Eine frische Leberwurst, gebraten in der Pfanne. Mit Zwiebel und Knoblauch. Sehr würzig und lecker.

Und dazu einfach noch ein schönes Püree aus Pastinaken. Anstelle von Milch gebe ich Olivenöl in das Püree.

Zutaten für 2 Personen:

- 400 g Leberwurst (im Naturdarm)
- 500 g Pastinaken
- 2 Zwiebel
- 4 Knoblauchzehen
- 2 EL Olivenöl
- Salz
- Pfeffer
- Muskat
- Butter

Zubereitungszeit: 10 Min.

Pastinaken putzen und schälen. In kleine Scheiben schneiden.

Wasser in einem Topf erhitzen und Pastinaken darin 10–15 Minuten garen. Herausnehmen und in eine hohe, schmale Rührschüssel geben. Olivenöl dazugeben. Mit Muskat, Salz und Pfeffer kräftig würzen. Mit dem Pürierstab fein pürieren. Auf einen Teller geben und warmhalten.

Zwiebeln und Knoblauchzehen schälen und kleinschneiden.

Butter in einer Pfanne erhitzen. Leberwurst längs aufschneiden, mit dem Darm in eine Pfanne geben und einige Minuten kräftig anbraten. Dabei öfters umrühren. Daneben Zwiebeln und Knoblauch ebenfalls einige Minuten kross anbraten. Mit der Leberwurst vermischen.

Leberwurst zum Pastinaken-Püree geben und servieren.